



Associazione Italiana di Psicologia Giuridica

Corso di Formazione in Psicologia Giuridica e Psicopatologia Forense

*Teoria e Tecnica della Perizia e della Consulenza Tecnica
in ambito Civile e Penale, adulti e minorile*

*“Gaslighting: aspetti giuridici di un danno
psicologico”*

Candidata
Mariaconcetta Piromalli

INDICE.....	pag. 1
INTRODUZIONE.....	pag. 2
CAPITOLO PRIMO	
1. IL GASLIGHTING.....	pag. 4
1.1. Origine del termine.....	pag. 4
1.2. Analisi del fenomeno.....	pag. 5
1.3. Dinamiche di relazione e caratteristiche di personalità gaslighter/vittima.....	pag. 7
1.4. Le fasi del gaslighting.....	pag. 9
1.5. Tipologie di gaslighter.....	pag. 11
1.6. Gaslighting e Stalking a confronto.....	pag. 13
1.7. In che modo il gaslighting è diverso dalla menzogna?.....	pag. 14
CAPITOLO SECONDO	
2. ASPETTI GIURIDICI DI UN DANNO PSICOLOGICO.....	pag. 15
2.1. Rilievo giuridico del gaslighting.....	pag. 15
2.2. L'abuso psicologico del gaslighting e il danno esistenziale.....	pag. 18
CONCLUSIONI.....	pag. 23
BIBLIOGRAFIA e SITOGRAFIA.....	pag. 25

INTRODUZIONE

Esistono diversi modi per nuocere agli altri all'interno di una relazione. Alcuni di questi sono apertamente manifesti e probabilmente sono i primi che ci vengono in mente quando ci pensiamo come ad esempio i maltrattamenti fisici; altri invece assumono forme più nascoste che possono essere difficili da cogliere addirittura in chi ne è vittima: sono le forme di violenza psicologica che possono annidarsi ad esempio in un rapporto di coppia non sano.

Fra le violenze psicologiche se ne cela una particolarmente subdola e dai contorni machiavellici: il *gaslighting*. È una forma di abuso emotivo, perpetrato in modo particolare tra le "sicure" mura domestiche, che lascia profonde ferite psicologiche. Il termine *gaslighting* è utilizzato per definire un crudele comportamento manipolatorio messo in atto da una persona abusante per far sì che la sua vittima dubiti di se stessa e dei suoi giudizi di realtà, cominci a sentirsi confusa, creda di stare impazzendo. Il *gaslighter*, così viene definito colui che mette in atto tale manipolazione mentale, fa credere alla vittima di stare vivendo in una realtà che non corrisponde alla realtà oggettiva, la fa sentire sbagliata, mina alla base ogni sua certezza e sicurezza, in sostanza agisce su di lei un vero e proprio lavaggio del cervello. Nella stragrande maggioranza dei casi la vittima e il *gaslighter* sono relazionalmente vicini, quasi sempre partner o parenti stretti.

Per quanto il *gaslighting* possa essere riferito a diversi ambiti, in questo elaborato si fa riferimento al fenomeno che si manifesta nelle relazioni di coppia dove di solito l'uomo è il protagonista delle azioni manipolative mentre, conseguentemente, la donna assume il ruolo di vittima, a differenza di altri contesti dove l'azione manipolativa può essere perpetuata anche al femminile.

Con il presente elaborato ho voluto fornire una panoramica sul fenomeno del *gaslighting* e analizzarne l'aspetto giuridico.

Per una migliore presentazione del lavoro, ho preferito articolare il lavoro su due capitoli, con l'intento di spiegarne meglio i concetti.

Nel primo capitolo viene trattato il fenomeno del *gaslighting*, dall'origine del termine all'analisi del fenomeno, andando a descrivere quali sono le dinamiche che si creano all'interno della relazione *gaslighter-vittima* per cogliere anche i tratti di personalità che contraddistinguono le due figure in gioco. Ulteriore spazio è stato dedicato a comprendere quali sono le fasi che attraversa la vittima di *gaslighting* in questo perverso gioco al massacro, fino ad arrivare a comprendere le diverse tipologie di *gaslighter* con cui la vittima si relaziona. In ultimo, è stato messo a confronto il *gaslighting* con una tematica ad esso confinante, ossia lo *stalking* che, a differenza del *gaslighting*, seppur condivide l'utilizzo di atti manipolativi volti alla distruzione dell'altro, si configura già come un reato persecutorio.

Nel secondo capitolo viene preso in considerazione l'aspetto giuridico del fenomeno del gaslighting sottolineando come ad oggi non esiste una legislazione specifica per questo fenomeno che quindi non è inquadrabile come reato. Tuttavia, la giurisprudenza più recente ha evidenziato nella condotta del gaslighter tre diversi reati: art. 570 c.p. "Violazione degli obblighi di assistenza familiare", art. 572 c.p. "Maltrattamenti in famiglia o verso fanciulli" e art. 612 bis c.p. "Atti persecutori". Viene poi considerato il danno alla persona derivante da tali condotte di violenza psicologica che corrisponde ai danni esistenziali in quanto i danni subiti comportano un'alterazione rilevante del modo di essere e di vivere, di avere stima e fiducia in se stessi, cambiamenti che sono ricollegabili alla manipolazione e alle costrizioni imposte alla vittima.

Nella conclusione, vengono invece riportate alcune considerazioni in merito alle vuoto normativo che caratterizza questo fenomeno subdolo e di difficile identificazione e viene sottolineata la necessità di un'attività di prevenzione per fornire alle vittime gli strumenti necessari per recuperare lucidità e obiettività al fine di far vedere il gaslighter per quello che è realmente, ossia un soggetto manipolatore, e liberarsi dalla sudditanza psicologica nel quale si è stati trascinati.

CAPITOLO PRIMO

1. IL GASLIGHTING

Il gaslighting è un particolare tipo di abuso emotivo, forse il peggiore, che è molto comune nelle relazioni abusanti. Potrebbe essere intenzionale o non intenzionale e, generalmente, come forma di manipolazione, fa dubitare dei propri pensieri e ricordi. Il principale obiettivo del gaslighting è quello di ottenere potere e controllo sull'altra persona. Si manifesta non solo nelle relazioni romantiche ma è prevalente in quasi ogni tipo di relazione umana. Si concretizza in famiglia, in politica, in un ambiente di lavoro, in un rapporto di amicizia ecc. e fa sì che la vittima metta in discussione il proprio senso di realtà in modo tale che cominci a dubitare di se stesso e della sua percezione.

1.1. Origine del termine

Il nome dato al fenomeno del *gaslighting* discende da un'opera teatrale del 1938: "Gas Light" (in italiano tradotto come *Via dell'angelo o Luce a gas*) e dalle successive due trasposizioni cinematografiche, la prima del 1940 e la seconda, più nota, del 1944 diretta da George Kukor e interpretata da Ingrid Bergman e Charles Boyer, dal titolo: "Gaslight", che in Italia divenne: "Angoscia". Il film è ambientato a Londra nell'epoca vittoriana e narra la manipolazione mentale perpetrata dal marito Gregory, in maniera consapevole e mirata, ai danni della moglie Paula per indurla a dubitare delle sue facoltà mentali e di discernimento. Dietro un apparente atteggiamento di preoccupazione per la salute della moglie, il marito nascondeva l'intento di farla dichiarare pazza, per potersi liberare della sua presenza.

Nel film, il marito abbassava ed alzava le luci a gas di casa facendo poi finta di niente e riuscendo così piano piano a far dubitare la moglie delle proprie capacità mentali, questo appunto attraverso la negazione dell'abbassamento o dell'innalzamento delle luci da lui stesso attuato per confonderne il giudizio, manovra continuata fino a rendere la vittima quasi del tutto convinta di non potersi più fidare delle proprie percezioni, di essere quindi diventata pazza, in preda ad allucinazioni visive, fino al suo quasi totale annientamento come persona. Solo l'intervento di un detective riuscirà a salvare la donna dalla follia e a ristabilire la verità, mettendo in luce il piano criminale dell'uomo ai danni della donna per appropriarsi della sua ricchezza. Dunque dall'excursus di tale film emerge il fatto che tale fenomeno si configura come un meccanismo sovversivo, da parte del partner, di indurre l'altro a credersi folle, a non affidarsi più alle proprie percezioni, dei propri giudizi di realtà, a sentirsi confuso con l'obiettivo di attaccare la sua sicurezza, la sua fiducia, la sua autostima per controllarla e renderla dipendente da sé.

Essendo la luce a gas (in inglese gas light) lo strumento principe usato dal marito per far dubitare la moglie delle sue capacità psichiche, tale comportamento abusante e manipolante è stato chiamato tecnicamente in psicologia gaslighting e il suo attore gaslighter.

1.2. Analisi del fenomeno

Il termine gaslighting viene utilizzato per indicare una forma di abuso emozionale difficilmente riconoscibile da parte della vittima, è una violenza psicologica quasi sempre sottile, sleale, non riconosciuta in quanto tale, che si insinua velenosamente, è *“una violenza che non ha scoppi d’ira, al contrario, è muta, insidiosa, fatta di silenzi ostili alternati a motti pungenti. E’ una forma d’abuso antica, perpetrata in modo particolare tra le “sicure” mura domestiche, che lascia profonde ferite psicologiche”* Salvadori (2010).

Lattanzi (2011) definisce il gaslighting come: *“un insieme di comportamenti subdoli agiti dal manipolatore (gaslighter) nei confronti di una persona, per confonderla, farle perdere la fiducia in se stessa, farla sentire sbagliata, renderla dipendente, fino a farla dubitare della sua sanità mentale”*.

Similmente, Benedetta Milanini (2008) lo descrive nei termini di: *“... comportamenti, più o meno consapevoli, messi in atto, con lo scopo di far sì che una persona arrivi a dubitare di se stessa e dei suoi giudizi di realtà, cominciando a sentirsi confusa o a temere di stare impazzendo”*.

Scopo del comportamento di gaslighting è ridurre la vittima a un livello di dipendenza fisica e psicologica, annullandone le capacità di scelta, responsabilità, e autodeterminazione. L’autonomia viene fortemente compromessa sia per quanto riguarda la cognizione che per la sfera emotiva. Questo stato di “sudditanza” psicologica viene a creare un circolo vizioso di dipendenza che si autoalimenta e dal quale è difficile uscire anche in virtù dell’inconsapevolezza della vittima di essere tale.

Il malessere, che ne deriva, porta a legarsi ancora di più all’aguzzino poiché il soggetto si autopercepisce estremamente fragile e avverte maggiormente il bisogno di appoggiarsi e dipendere. In una situazione così deformata, nella percezione, non di rado si verifica l’idealizzazione del gaslighter tale da portare ad avere la convinzione che sia necessario averlo accanto a sé. E tanto più la vittima si sente vulnerabile e insicura, per effetto della suggestione indotta dal gaslighter, tanto più si rivolgerà a lui e gli si affiderà facendo richieste di dipendenza. Si genera così un circolo vizioso in cui la vittima inconsapevolmente porta il carnefice a reiterare il comportamento manipolativo. Il gaslighter induce la vittima a credere che la realtà che percepisce è distorta e non corrispondente alla realtà oggettiva, continuamente e sottilmente le invia messaggi che la fanno sentire sbagliata, minandone, così, alla base ogni certezza e sicurezza.

L'equilibrio perverso venutosi a creare all'interno di questa dinamica di dipendenza, si mantiene anche attraverso l'isolamento sociale, che è comune a tutte le relazioni fondate sul gaslighting, e il gaslighter diventa l'unico punto di riferimento per la vittima. Tutto si svolge nel rapporto duale gaslighter-vittima, venendo così a mancare gli scambi con terzi e con l'esterno.

La percezione di sé come persona fragile, debole, bisognosa e incapace, colpisce al cuore l'autostima, mentre la svalutazione, a lungo andare, si traduce in una modificazione della rappresentazione del Sé e dell'Identità. Le convinzioni negative di sé e il vissuto di inadeguatezza, tendono a stabilizzare l'allontanamento da tutte le relazioni, fino ad arrivare all'isolamento sociale precedentemente accennato.

Se prima era il manipolatore a fare pressioni in questa direzione, quando il meccanismo infernale del gaslighting è ben rodato, sarà la stessa vittima a voler evitare le situazioni sociali perché la fanno sentire ancora più incapace, assecondando quella che inizialmente era la volontà del gaslighter. L'emarginazione diventa volontaria e, conseguentemente, l'investimento nel rapporto di coppia sempre più massiccio ed esclusivo. Il persecutore è al centro di tutto e la sua presenza indispensabile nella vita di una persona oramai limitata e scarsamente autosufficiente.

Possiamo facilmente intuire quanto sia difficile uscire da questa spirale una volta che ci si è caduti dentro. Mulas (2012) evidenzia come il non essere consapevoli di ciò che sta realmente accadendo porta ad accettare la situazione e a non chiedere aiuto. Succede, talvolta, che persone vicine alla vittima, come familiari, colleghi o amici cerchino di rimandarle le anomalie che percepiscono, e le trasformazioni alle quali hanno assistito, tentano di comunicarle che, a loro avviso, c'è qualcosa che non va. In una prima fase, questo tipo di intervento non è molto efficace in quanto la vittima percepisce il malessere però, a causa di un errore di attribuzione, ritiene che la causa sia da ricercare all'interno di sé e quindi respinge ogni visione divergente che le viene dall'esterno nel tentativo di difendere la relazione, per quanto perversa e fonte di sofferenza. Si verifica che la vittima cerchi di proteggere la relazione e i suoi equilibri e si aggrappi al suo aguzzino come all'unica ancora di salvezza, pur avendo consapevolezza della propria infelicità, che evidentemente non viene collegata alla relazione col partner, ma a proprie responsabilità, incapacità e insicurezze, al fatto di "non stare tanto bene". In questa visione, l'abbandono da parte del partner rappresenta un evento da scongiurare che verrebbe a configurare una situazione drammatica, visto che la vittima veramente crede al fatto che senza di lui è perduta, che non potrebbe mai farcela poiché la realtà è dura, ostile, impietosa con i deboli. Se la vittima pensa, come pensa, di valere poco, se si sente insicura, demotivata, triste, scoraggiata e depressa, possiamo comprendere la valutazione positiva, fino all'idealizzazione, che compie nei confronti di chi, nonostante tutto, continua a starle accanto.

Il gaslighter ha estremo bisogno della sua vittima ma induce quest'ultima a credere di essere lei ad avere bisogno di lui. In questo gioco degli inganni tutto viene travisato e la realtà costruita dal manipolatore diviene reale.

1.3. Dinamiche di relazione e caratteristiche di personalità gaslighter/vittima

È importante sottolineare che il gaslighting riguarda sempre e comunque non solo due persone, ma anche la loro relazione. Il circuito perverso in cui si concretizza questa forma di subdola violenza è il frutto dell'intreccio sia di fattori legati alla personalità, sia di elementi comunicativi provenienti da entrambe le parti, che contribuiscono a forgiare e a dare un significato particolare a quella specifica relazione.

Per avere la capacità di perseguire un fine tanto impegnativo come quello di demolire l'Io di qualcuno, è necessario per il gaslighter aver sviluppato determinate caratteristiche di personalità. Il gaslighter che può avere più successo nella sua opera malvagia deve essere pertanto un abile manipolatore e un bravo attore, questo perché deve convincere l'avversario, ossia in genere la persona o una persona apparentemente amata – o stimata sul posto di lavoro –, delle sue buone intenzioni, del suo affetto immenso per essa, della sua stima. In tal modo verrà spianata la strada di ingresso da parte sua nell'Io della vittima che non starà all'erta come di fronte ad un nemico dichiarato e lascerà così che si concretizzi la manipolazione della sua personalità.

Poiché il gaslighting si instaura in genere soprattutto tra due compagni, prenderemo come esemplificazione per la personalità del gaslighter la citata opera di finzione¹ dove l'uomo, il marito, era il manipolatore e la donna, la moglie, la vittima dei suoi inganni.

Il gaslighter si esprime in una prima fase di adulazione esagerata e corteggiamento costante finalizzata a persuadere la donna del grande affetto e innamoramento nutrito verso di lei. Attua una ripetizione infinita di dichiarazioni d'amore frutto di finzione che, invece di insospettire immediatamente o quasi la vittima bombardata da profusioni di affetto tanto esagerate, iniziano a farle credere nella verità della sceneggiata interpretata ad arte dal suo compagno.

Il corteggiamento dunque viene agito non solo verbalmente, ma viene in genere rafforzato sul piano dei fatti, sia con la consegna periodica di regali secondo le possibilità economiche, sia con l'offerta di accompagnare la vittima ovunque possibile, questo con la finalità dichiarata di farlo per il suo bene, per avere il piacere di starle vicino e di fare le cose insieme, in realtà facendolo per esautorarla sempre di più sul piano pratico e mentale.

¹ "Gaslight" di George Kukor (1944) interpretata da Ingrid Bergman e Charles Boyer.

In tal modo la vittima si impigrisce sempre più, comincia a perdere delle abilità pratiche che prima possedeva. Così, a livello eminentemente inconscio, inizia attraverso la lusinga la demolizione vera e propria, più concreta della sua autostima.

Ma il pezzo forte della personalità del gaslighter, accanto alla finzione dei sentimenti e l'interpretazione del ruolo di innamorato perduto, è la distorsione della realtà.

Tale distorsione riguarda soprattutto, ma non solo, l'area dei ricordi. Il manipolatore inizia a dire che la vittima gli ha detto qualcosa o che lui le ha detto qualcosa in passato, qualcosa che la vittima non può ricordare di avergli detto né di aver sentito perché essa stessa non lo ha mai detto né lui lo ha mai detto a lei: "Me l'hai detto tu poco tempo fa, non ti ricordi? Davvero non ti ricordi?" Oppure "Ne abbiamo parlato parecchio e non lo sai più? Ma non ti ricordi?", oppure "Te l'ho detto già più volte, possibile che tu non ricordi mai niente!" e così via.

Il gaslighter inventa pure storie non solo per demolire l'avversario, ma, prima ancora, anche e soprattutto per attirare l'attenzione su di sé in quanto persona particolarmente efficiente che ha la disgrazia di avere una compagna che non è più a posto con la testa e alla quale è comunque tanto affezionato. In altri termini, attraverso l'orchestrazione delle sue fantasie il gaslighter si fa passare per persona straordinariamente buona, paziente, quindi si pone in primo piano e attira l'attenzione non solo della vittima, ma di tutti su di sé, sulle sue buone o ottime qualità. Di fatto, la capacità di finzione del manipolatore o mentitore si manifesta anche sul piano dell'immagine sociale non solo della vittima, ma anche e soprattutto di sé.

Al proposito egli, in qualche rimprovero alla vittima proferito in modo più o meno controllato, potrà dirle già entro le mura domestiche che tutti pensano che essa sia pazza, ma che lui non lo pensa, che lui sa che essa non lo è, anche se agli altri così appare. In pubblico, egli continuerà la sua finzione in modo più elegante, premuroso e amorevole, riprendendo la vittima per qualche sua cosiddetta dimenticanza e attirando l'attenzione di tutti sulla dimenticanza stessa, aggiungendo amorevolmente che la moglie dimentica sempre tutto e inventando altre difficoltà per lei che sarà sempre più confusa a tutto vantaggio del mentitore. In tal modo alla realtà viene sovrapposto il mondo creato dal gaslighter. Spesso il gaslighter è una persona fragile con bassissima autostima che crede che alterare la realtà e avere la sensazione (illusoria) di avere su di essa potere sia l'unico modo per essere amato e voluto.

Ma come si finisce per diventare vittima di un gaslighter? La vittima del gaslighter è una persona, per fare qui l'esempio di una donna, piuttosto debole psicologicamente, in altre parole insicura di sé, non abituata a realizzare cose interessanti, desiderosa di fare la buona moglie, la buona compagna, una donna in primo luogo del tutto femminile, dolce come si suol dire, educata magari a fare la mamma. Fattori di rischio sono essere stata abusata nella sua infanzia o nell'adolescenza,

una donna quindi abituata a subire e ad avere paura, una donna per questo particolarmente sensibile all'offerta di affetto perché desiderosa di potersi appoggiare a qualcuno che non la maltratti. Ancora: una donna che abbia dovuto subire dei genitori che l'abbiano a loro volta fatta oggetto di gaslighting, sminuendo la sua personalità ad ogni occasione, ridicolizzando ogni suo tentativo di fare qualcosa di nuovo, di bello, di sperimentare la vita per quello che può dare al di là della routine quotidiana.

Tale abitudine alla squalificazione di sé può sì, è vero, sensibilizzare la potenziale vittima e farla fuggire da possibili ricadute con persone simili ai genitori nel comportamento verso di lei, ma può, molto più comunemente, anche avere abituato il suo cervello a tale comportamento che essa inconsciamente riconosce nel maschio che le piace come compagno perché è il comportamento subito nella propria famiglia di origine.

Quindi le donne che spesso sono vittime di questo genere di abuso si presentano come particolarmente insicure e vulnerabili; nell'infanzia hanno sperimentato delle situazioni in cui sono state scarsamente considerate e relegate in un ruolo marginale e di cieca ubbidienza. Quindi, proprio per aver appreso uno scarso valore di sé, in età adulta si presentano altamente manipolabili e bisognose di un partner che si occupi di loro mettendo di rado in discussione quanto sta avvenendo nella relazione, ma incolpandosi piuttosto per il fatto di rovinare il rapporto a causa dei problemi mentali che sono convinte di avere.

Il gaslighting può essere quindi considerato una perversione relazionale basata sulla manipolazione psicologica, nella quale si realizza un incastro tra la personalità dei gaslighter e quella della sua vittima. Il Gaslighting produce degli effetti sia sulla vittima che sul suo manipolatore. La vittima ridimensionerà la propria vita sociale rintanandosi in casa (non fidandosi più delle proprie capacità di giudizio) e ricercando attivamente le cure del partner manipolatore con il quale ha creato un legame di totale dipendenza, vedendolo come un'ancora di salvezza e un pilastro in un mondo dove ormai tutto ha perso di significato e non appare più per quello che è. Il partner viene visto come una persona devota che, nonostante tutto, continua a starle vicino e questa stessa immagine del partner salvifico ce l'hanno anche i conoscenti della coppia. D'altro canto il manipolatore vivrà con piacere questo legame di dipendenza che si è andato a creare, dal momento che ha raggiunto il proprio scopo: spesso infatti chi mette in atto questo genere di violenza nasconde dei problemi di mancanza di autostima che, attraverso questa modalità distorta di relazione, viene così rinforzata dalla dipendenza della vittima verso il manipolatore.

1.4. Le fasi del gaslighting

L'obiettivo del gaslighting è pur sempre quello di togliere alla vittima la padronanza di sé, la sua

autonomia decisionale, l'auto-sicurezza, la fiducia nel proprio essere.

È possibile individuare tre fasi lungo cui si sviluppa il processo di manipolazione che porterà la vittima a sprofondare in una voragine :

- **Incredulità /Distorsione della comunicazione.** La prima fase è quella in cui la vittima è ancora sicura di sé e delle sue capacità cognitive e relazionali, vede le cose in modo obiettivo ed è capace di mettere in dubbio quanto affermato dal gaslighter, tanto da riuscire a contrastarlo quando questi palesa situazioni in realtà inesistenti. Inizia però in tale fase la distorsione della comunicazione, che non è più finalizzata ad unire, ma ad allontanare e ostacolare lo scambio, quasi come se vittima e persecutore iniziassero a camminare su due binari paralleli che pian piano si allontanano. La vittima non riuscirà più a capire il persecutore. I messaggi inviati dal gaslighter sono contraddittori, mascherano un'ostilità latente che destabilizza la vittima e la fa dubitare di ciò che le accade; silenzi ostili, malcontento inespresso, frecciate pungenti, frasi apparentemente innocue che nascondono ostilità, battute dette con un apparente tono scherzoso ma che mirano all'umiliazione della vittima. In tale fase la vittima inizia ad essere confusa, sbalordita e disorientata anche perché sperimenta sempre più *«una comunicazione particolare, non fatta per unire, ma per allontanare e ostacolare lo scambio. Questa distorsione comunicativa ha lo scopo di usare l'altro. Perché continui a non capire nulla del processo in corso e per confonderlo di più, lo si deve manipolare verbalmente. Il black-out delle informazioni reali è essenziale per ridurre la vittima all'impotenza»* (Hirigoyen, 2000). Ed è allora che inizia ad attecchire in lei il tarlo del dubbio, a credere di essere sbagliata.
- **Difesa.** La seconda fase sarà caratterizzata da un tentativo di difesa. La vittima cercherà di convincere il suo persecutore che quello che dice non corrisponde alla verità, cercando di fare chiarezza, attaccandosi disperatamente alla realtà; proverà ad instaurare un dialogo, ostinato, con la speranza che ciò serva a far cambiare il comportamento del gaslighter. La vittima orienterà tutte le sue forze e le sue capacità a far cambiare idea al suo persecutore, convinta che le sue capacità d'ascolto e di dialogo riusciranno in tale intento. Ha quindi inizio una strenua attività di persuasione, in cui la vittima investirà tutta se stessa, convinta di poter mutare le sorti del destino.
- **Depressione.** La terza fase è il momento in cui la vittima prenderà coscienza che tutti i suoi sforzi di cambiare la realtà sono stati vani, la vittima vedrà piano piano venir meno la sua forza, si convincerà che ciò che il persecutore dice nei suoi confronti corrisponde a verità. È la fase in cui la vittima si arrende, è insicura, dubbiosa e completamente vulnerabile e dipendente dall'altro e si convince della ragione e della bontà del gaslighter. Oramai è

asservita al suo persecutore, che si sente tanto più sicuro, dominatore ed euforico quanto più insicura e abbattuta si sente la vittima.

1.5. Tipologie di gaslighter

Il gaslighting è sicuramente lo strumento peggiore attraverso il quale manipolare il prossimo. Il gaslighting è una forma di abuso psicologico ed emotivo che induce la vittima a mettere in discussione la propria percezione degli eventi reali e a dubitare della sua sanità mentale.

In una situazione simile, la persona non sa se fidarsi o meno dei propri pensieri e delle proprie azioni e spesso si allontana dai consigli delle persone a lei care semplicemente perché immerso in uno stato di forte ansia e tremenda confusione. Non esiste un modo preciso per spiegare come poter individuare questa forma di manipolazione ma si può evidenziare come si manifesti attraverso una sensazione di costante incertezza spesso molto marcata, da indurre a pensare di essere sul punto di impazzire.

Il gaslighting quindi è una forma di manipolazione psicologica ed emotiva attraverso la quale una persona (gaslighter) semina costantemente il dubbio nella propria vittima inducendola a mettere in discussione i suoi pensieri la sua memoria, la sua percezione esterna e la propria sanità mentale.

Quanto alle modalità con cui il gaslighter mette in atto il suo piano, esse sono, in linea del tutto generale, di tre tipi, cosicché si avrà:

1. il manipolatore adulante o affascinante;
2. il manipolatore bravo ragazzo;
3. il manipolatore autoritario.

Nel primo caso il gaslighter incanta la sua vittima adulandola: con il suo charme e la sua ostentata classe seduce ed influenza la sua vittima, imponendo il proprio ascendente sulla stessa. *«Chi seduce distoglie dalla realtà, agisce di sorpresa, di nascosto [...] allo scopo di qualcuno che lo ammira, che gli rinvii una buona immagine di sé. Una seduzione perversa a senso unico [...] con cui il perverso narcisista cerca di esercitare fascino senza lasciarsi coinvolgere»* (Hirigoyen,2000).

Nel secondo il gaslighter adula meno e si presenta invece come il bravo ragazzo di buona famiglia tutto intento a fare bene, ad essere ottimista e ben pensante, ad essere positivo nelle sue azioni. Si propone come attento e premuroso nei confronti della sua vittima, facendole credere di agire solo per il suo bene e la sua sicurezza, a volte anche in modo ossessivo (accompagnando la vittima in ogni tempo, in ogni luogo) ma che in realtà, in maniera più o meno consapevole, agisce col solo intento di soddisfare i suoi bisogni. È un tremendo individualista camuffato da persona prodiga. E' sempre attento ad anteporre i propri bisogni, il proprio tornaconto personale a quello della vittima, anche se riesce a dare un'impressione opposta. *«Questo controllo-premuroso costituisce il terreno*

per creare quella permeabilità emotiva tale da consentire una sorta di effrazione psichica, per cui il perverso narcisista conquista il possesso della mente dell'altro convincendolo che solo lui ha ragione e solo lui conosce veramente ciò di cui ha bisogno» (Hirigoyen,2000).

Nel terzo vi è il gaslighter che aggredisce verbalmente la vittima sgridandola molto spesso o anche quotidianamente per mancanze che non si sono mai verificate in realtà e sono frutto delle sue menzogne e rinfacciandole di fargli fare brutta figura con i suoi amici e colleghi a causa delle sue dimenticanze, dimenticanze che come al solito egli stesso fa emergere inventando una situazione o l'altra che la vittima avrebbe dimenticato, o a causa dei suoi comportamenti inadeguati alle situazioni, inadeguatezza che egli fa produrre alla vittima, ad esempio facendole indossare un abito inadeguato per poi dirle che non doveva mettersi un così brutto vestito, ovviamente dicendole che non ha capito quello che lui le aveva invece consigliato di indossare e così via. Questo manipolatore contrasta dunque la vittima anche violentemente, aggredendola verbalmente e mettendola in difficoltà, facendola sentire debole e incapace di contrapporsi, così che la consapevolezza di non sapersi contrapporre al più forte la indebolisca ancora di più, le tolga ancora di più qualsiasi forma di sicurezza di sé, di fiducia nei propri mezzi. A differenza dei precedenti, il gaslighter autoritario non si preoccupa di nascondersi dietro false facciate. Rimprovera apertamente la vittima, così come esplicitamente la maltratta. Assume in modo diretto ed immediato comportamenti più o meno duri, violenti, aggressivi ed ostili che infieriscono sulla capacità decisionale e volontà psichica della vittima prescelta.

Il gaslighter inizia sempre come adulatore e/o bravo ragazzo e insinua qui e là le sue calunnie perché se iniziasse attaccando subito l'avversario lo troverebbe ancora troppo forte e fallirebbe nel suo intento distruttivo. Lo scopo del comportamento di gaslighting, comune alle tre categorie di manipolatori, è ridurre la vittima a un totale livello di dipendenza fisica e psicologica, annullare la sua capacità di scelta e responsabilità.

Secondo Benedetta Mulas (2012) si tratta di una grave forma di perversione relazionale che rende le vittime talmente assuefatte e dipendenti da essere nella maggior parte dei casi inconsapevoli rispetto a ciò che sta loro accadendo. La violenza si cronicizza non appena la vittima entra nella fase depressiva, quella in cui si convince della ragione e anche della bontà del manipolatore (che si prende cura di lei, la capisce, la sostiene) che non a caso è spesso addirittura idealizzato. Ecco che si crea così il paradosso, in cui la vittima idealizza il proprio carnefice.

In sintesi si può asserire che i manipolatori hanno grandi capacità di affascinare, di mostrarsi gentili e premurosi, allo scopo di conquistare le proprie vittime. All'inizio i loro comportamenti sono assimilabili a quelli di una persona innamorata, ma un po' alla volta la maschera cade e quella che faceva pensare a una relazione con un avvenire promettente diviene un vera e propria impresa di

distruzione da parte del manipolatore. Di conseguenza anche la relazione si trasforma, l'amore diventa maligno e, come riporta Salvadori (2010) si instaura una relazione narcisistico-perversa tra vittima e manipolatore, tale da deumanizzare la vittima, manipolarla, ottenendone il controllo totale, impedendone separatazza ed autonomia. La vittima si affida a lui e inizia una lenta, impercettibile quanto inesorabile demolizione dell'autostima, che solo col passare del tempo diventerà evidente.

1.6. Gaslighting e Stalking a confronto

Il gaslighting consiste nella messa in atto di una e vera e propria manipolazione a livello mentale, subdola, fatta con umiliazioni continue, destabilizzazioni della stima e del valore della persona che viene sminuita, disprezzata soprattutto in pubblico finché questa finisce col convincersi che forse è vero che veramente vale tanto poco e che non riuscirà a far nulla nella sua vita senza quella persona tanto forte che le è accanto e che controlla ogni aspetto della sua esistenza.

Questo comportamento diretto a spersonalizzare e devastare la persona nella sua autoconsiderazione viene portato avanti con modalità apparentemente innocue, ma piene di cattiveria e crudeltà, mentre il gaslighter mantiene verso l'esterno un'apparente facciata di amorevole buonismo da far nascondere tutti i suoi intenti malefici, ecco perché difficilmente gli altri noteranno il sadismo e la crudeltà dei suoi atti, a meno che siano palesemente trasparenti anche verso l'esterno.

Lo stalking è invece un reato persecutorio, dove la persona viene perseguitata da un ex, o da un estimatore contro la sua volontà, non c'è un rapporto in atto come nel gaslighting, tutto sta nel desiderio dello stolker di riappropriarsi del possesso della persona persa; e parlo di possesso perché come il gaslighter anche lo stolker considera la vittima un suo oggetto personale, che gli appartiene come ogni altra cosa e che non ha diritto di scegliere né di andarsene né di rifarsi una vita.

Lo stalking inoltre si realizza con modalità pratiche, quali l'inseguimento, il mandare messaggi o chiamare insistentemente o il farsi trovare nella vita della vittima nonostante il suo dissenso espresso più volte, egli si trasforma nella sua ombra persecutrice, ossessionata e persistente, tanto che la persona non riesce più a vivere serenamente e teme anche ogni volta che esce di casa di essere seguita, pedinata o di ritrovarselo nei luoghi dalla stessa frequentati.

Mentre chi attua il gaslighting opera con azioni celate, subdole, che rimangono spesso relegate ad una comunicazione unilaterale ma devastante, lo stalker invece mette in atto azioni che terrorizzano la vittima, che la minacciano costantemente e non la fanno più sentire sicura di nulla.

Gaslighting e stalking sono, dunque, caratterizzati da atti manipolativi che si estrinsecano attraverso modalità differenti, l'una camuffata e subdola, l'altra aperta e diretta. In ogni caso, la violenza nasce all'interno di relazioni precedentemente incentrate sull'amore, reale o presunto. Il gaslighting è una forma di abuso emozionale difficilmente riconoscibile da parte della vittima. Bisogna dire che

questa non riconoscibilità è fortemente coadiuvata dal silenzio che circonda l'argomento. Si tratta di un fenomeno tanto presente quanto misconosciuto. Eppure, una sua precoce individuazione funzionerebbe da preziosa prevenzione nei confronti dello stalking, visto che ne rappresenta l'anticamera. Difatti quando la vittima di gaslighting prende consapevolezza della sua condizione e decide di modificarla, anche rompendo la relazione, il persecutore molto spesso si trasforma in stalker. Interviene la variabile frustrazione che, mal gestita dal manipolatore, ingenera una escalation perversa: l'amore diventa maligno e si instaura una relazione narcisistica a connotazione delirante che disumanizza la vittima, sacrificando la sua dignità in ragione del possesso e del controllo totale.

1.7. In che modo il gaslighting è diverso dalla menzogna?

Esistono delle differenze tra quella che comunemente viene chiamata bugia ed il gaslighting. Mentire è una parte piuttosto pesante nel gaslighting ma ciò che è diverso riguarda l'intenzione. Mentre il mentire fa parte del gaslighting, non tutto il gaslighting equivale al mentire. Quando una persona mente usa intenzionalmente la disinformazione per oscurare o nascondere la verità. La decisione di mentire viene sempre con la speranza o l'intenzione di alterare la realtà senza essere catturati nella menzogna. Questo significa che quando si dice una bugia, l'obiettivo è quello di non far scoprire che si sta mentendo, magari per proteggere la vittima. Ciò, contrasta pesantemente con il gaslighting, dove la menzogna è maligna e finalizzata ad alterare nella vittima la percezione della realtà. Quando una persona fa gaslighting, lo fa perché vuole far credere all'interlocutore che quella non è la verità, costringendolo a dubitare di se stesso e a mettere in discussione il proprio indicatore di verità. In sostanza, quando si mente, si vuole tenerlo nascosto. Quando si fa gaslighting, si vuol far credere che ciò che gli altri percepiscono nella loro mente sia sbagliato e che la verità sia quella che deriva attraverso la menzogna e per mezzo del gaslighting. Creare quindi una realtà distorta che a lungo andare la mente riconoscerà come vera. La vittima comincerà quindi a diffidare di sé stessa mettendo in dubbio la propria verità per un po' di tempo, per poi aggrapparsi alle parole del gaslighter e considerarle come verità. Il bugiardo vive nella speranza di soffocare la verità mentre il gaslighter vuol dimostrare che la verità dell'altro non è quella reale.

CAPITOLO SECONDO

2. ASPETTI GIURIDICI DI UN DANNO PSICOLOGICO

Da un punto di vista giuridico al momento non esiste una legislazione specifica per il gaslighting e non è inquadrabile interamente come reato. Ma le condotte del manipolatore gaslighter possono rientrare nei più ampi articoli del codice penale (art.570² e art.572³) che si riferiscono ai “maltrattamenti in famiglia” e alla “violazione degli obblighi famigliari”. Non da ultimo poi vi è da considerare il danno alla persona derivante da tali condotte di violenza psicologica, danno che viene identificato in quello esistenziale in primis, dal momento che la persona subisce un’alterazione del modo di vivere e di essere in seguito alla violenza. Nei casi più gravi si può arrivare ad accertare un danno psichico con l’instaurarsi di una vera e propria psicopatologia.

2.1. Rilievo giuridico del gaslighting

Il gaslighting, quale fenomeno abusante, ancora non gode di un suo proprio riconoscimento in ambito processual-penalistico e giurisprudenziale come fattispecie di reato. Dal punto di vista giuridico è palese che i comportamenti di gaslighting violino gli artt. 3⁴ e 29⁵ della Costituzione italiana. Per l’appunto a tali articoli ha fatto riferimento la sentenza emessa dalla Corte d’Appello di Torino il 21.02.2000 che, per la prima volta, ha fatto riferimento al “mobbing familiare” quale elemento per addebitare una separazione tra coniugi. Se andiamo a leggere le motivazioni della sentenza riconosciamo i comportamenti tipici del gaslighting: “*I comportamenti dello S. (il marito) erano irriguardosi e di non riconoscimento della partner: lo S. additava ai parenti ed amici*

²**Art. 570 Codice Penale- Violazione degli obblighi di assistenza familiare**

“[1] Chiunque, abbandonando il domicilio domestico [c.c. 43, 45, 143, 144, 146], o comunque serbando una condotta contraria all'ordine o alla morale delle famiglie, si sottrae agli obblighi di assistenza inerenti alla potestà dei genitori [c.c. 316], [alla tutela legale] o alla qualità di coniuge [c.c. 143], è punito con la reclusione fino a un anno o con la multa da euro 103 a euro 1.032.

[2] Le dette pene si applicano congiuntamente a chi:

1) malversa o dilapida i beni del figlio minore [c.c. 2] o del pupillo o del coniuge;

2) fa mancare i mezzi di sussistenza ai discendenti di età minore, ovvero inabili al lavoro, agli ascendenti o al coniuge, il quale non sia legalmente separato per sua colpa [540; c.c. 75, 146, 150, 151, 156].

[3] Il delitto è punibile a querela della persona offesa [120- 126; c.p.p. 336] salvo nei casi previsti dal numero 1 e, quando il reato è commesso nei confronti dei minori, dal numero 2 del precedente comma.

[4] Le disposizioni di questo articolo non si applicano se il fatto è preveduto come più grave reato da un'altra disposizione di legge.”

³**Art. 572 Codice Penale- Maltrattamenti in famiglia o verso fanciulli**

“[1] Chiunque, fuori dei casi indicati nell'articolo precedente, maltratta una persona della famiglia [540], o un minore degli anni quattordici, o una persona sottoposta alla sua autorità, o a lui affidata per ragione di educazione, istruzione, cura, vigilanza o custodia, o per l'esercizio di una professione o di un'arte, è punito con la reclusione da uno a cinque anni.

[2] Se dal fatto deriva una lesione personale grave [583], si applica la reclusione da quattro a otto anni; se ne deriva una lesione gravissima [583], la reclusione da sette a quindici anni; se ne deriva la morte, la reclusione da dodici a venti anni.”

⁴**Art. 3 Costituzione Italiana**

“Tutti i cittadini hanno pari dignità sociale e sono eguali davanti alla legge, senza distinzione di sesso, di razza, di lingua, di religione, di opinioni politiche, di condizioni personali e sociali. È compito della Repubblica rimuovere gli ostacoli di ordine economico e sociale, che, limitando di fatto la libertà e l'eguaglianza dei cittadini, impediscono il pieno sviluppo della persona umana e l'effettiva partecipazione di tutti i lavoratori all'organizzazione politica, economica e sociale del Paese.”

⁵**Art. 29 Costituzione Italiana**

“La Repubblica riconosce i diritti della famiglia come società naturale fondata sul matrimonio. Il matrimonio è ordinato sull'eguaglianza morale e giuridica dei coniugi, con i limiti stabiliti dalla legge a garanzia dell'unità familiare.”

la moglie come persona rifiutata e non riconosciuta, sia come compagna che sul piano della gradevolezza estetica, esternando anche valutazioni negative sulle modeste condizioni economiche della sua famiglia d'origine, offendendola non solo in privato ma anche davanti agli amici, affermando pubblicamente che avrebbe voluto una donna diversa e assumendo nei suoi confronti atteggiamenti sprezzanti ed espulsivi, con i quali la invitava ripetutamente ed espressamente ad andarsene di casa.” e, ancora: “Il marito curò sempre e solo il rapporto di avere, trascurando quello dell'essere e con comportamenti ingiuriosi, protrattisi e pubblicamente esternati per tutta la durata del rapporto coniugale ferì la T. (moglie) nell'autostima, nell'identità personale e nel significato che lei aveva della propria vita.”

Manifestandosi quasi principalmente all'interno del rapporto di coppia, con una serie di condotte qualificabili in termini di abuso psicologico, controllo e isolamento della vittima altrimenti detto comportamento maltrattante, nella condotta del gaslighter la giurisprudenza più recente ha evidenziato due fattispecie di reato previsti dagli artt. 570 c.p., “*Violazione degli obblighi di assistenza familiare*” e 572 c.p. “*Maltrattamenti in famiglia o verso i fanciulli*”. La violenza morale e psicologica, seppur con angolature diverse, trova spazio in tutte e due gli articoli di legge.

L'art. 570 c.p., senza andare a disquisire sulle diverse interpretazioni dottrinali, è integrato ogni qualvolta la condotta dell'agente violi l'obbligo di assistenza morale e quando tale condotta sia diretta a dilapidare i beni del coniuge o quando quest'ultimo viene privato dei mezzi di sussistenza in violazione agli obblighi di assistenza materiale, sempre che tali condotte non integrino reati più gravi. Anche se gli studi recenti cercano di inquadrare la condotta del gaslighter nell'ambito di operatività della norma in esame, si evince che solo in senso lato nelle azioni del gaslighter si possa rilevare il reato previsto nell'art 570 c.p. e ciò in quanto la norma fa mero riferimento alla violazione degli obblighi di natura economica.

Analizzando l'art. 572 c.p. bisogna invece risalire alla definizione del termine maltrattamento che, generalmente, è inteso come un atto in grado di assumere un valore di disprezzo o di offesa alla dignità del coniuge, costringendolo a vere e proprie sofferenze psicofisiche. La condotta del soggetto attivo può consistere anche in atti di per sé privi di rilevanza penale, ma che per il contesto in cui vengono posti in essere e per la reiterazione nel tempo, determinano la mortificazione e la lesione dei diritti personali del familiare, in particolare del coniuge, contemplando sia maltrattamenti fisici che psicologici.

Commette il reato di maltrattamenti art. 572 c.p. colui che costringe l'altra persona ad assoggettarsi ad azioni degradanti, umilianti tali da infliggere sofferenze morali, derivanti da una pluralità di cattivi trattamenti quali, ad esempio, il caso di ostentato, continuo disinteresse verso il coniuge ed il minore od ancora il caso di condotte di spregio e di scherno. Occorre che il soggetto agente non si

limiti a porre in essere fatti che ledono o pongono in pericolo beni che l'ordinamento giuridico già autonomamente protegge (percosse, lesioni, ingiuria, violenza privata), ma occorre che il suo comportamento si estenda a tutti quei fatti lesivi del patrimonio morale e dell'integrità psichica del soggetto passivo, che, seppure singolarmente considerati non costituiscono reato, siano tali da rendere abitualmente dolorosa la relazione con l'agente.⁶

E' importante sottolineare che la norma in questione tende a valutare, nel suo complesso, la condotta realizzata nel tempo dal persecutore e così valutata nella sua complessità. E' vero infatti che la dottrina e la giurisprudenza richiedono, per la perfezione del delitto, una pluralità di atti. Ciò si evince sia dal titolo del reato, che è posto al plurale (altrove il legislatore ha usato lo stesso termine al singolare), sia nel significato della parola che indica un comportamento prolungato nel tempo. I singoli episodi devono essere tali da cagionare sofferenze, privazioni, dolori ed umiliazioni, le quali, a loro volta, devono costituire nel loro insieme una fonte di disagio continuo ed incompatibile con le normali condizioni di vita.

Sul concetto di maltrattamenti in famiglia la Suprema Corte di Cassazione⁷ ha precisato che *"Il reato di maltrattamenti in famiglia è integrato dalla condotta dell'agente che sottopone la moglie e i familiari ad atti di vessazione reiterata e tali da cagionare sofferenza, prevaricazione ed umiliazioni, in quanto costituenti fonti di uno stato di disagio continuo ed incompatibile con le normali condizioni di esistenza. Rilevano infatti, entro tale prospettiva, non soltanto le percosse, le lesioni, le ingiurie, le minacce, le privazioni ed umiliazioni imposte alla vittima, ma anche gli atti di disprezzo e di offesa arrecati alla sua dignità, che si risolvano nell'inflizione di vere e proprie sofferenze morali"*. Nel caso del gaslighting, l'autore delle condotte lesive può porre in essere anche atti in sé privi di rilevanza penale, ma che, se inquadrati nella complessità del progetto criminoso, soprattutto considerata la reiterazione nel tempo, possono essere rivelatori di tale fattispecie delittuosa.

Questi sono i tratti giuridici di un fenomeno ancora a spesso sommerso ma purtroppo molto diffuso e che, a causa della sudditanza psicologica, porta la vittima a soffrire in silenzio rendendola incapace di contrastare le dinamiche abusanti della propria relazione.

Quindi seppur sul piano della tutela penale il legislatore, ad oggi, non ha inquadrato il fenomeno del gaslighting in un'autonoma e tipica fattispecie di reato, ciò non toglie che le anzidette condotte abusanti possano essere ricomprese in altre figure di reato oltre a quelle finora esposte. Infatti il gaslighting è definibile come una condotta di manipolazione mentale in ambito domestico diretta ad indurre la vittima in uno stato di indebolimento psicologico a carattere permanente alterando, nei

⁶ Cass. Pen., Sez. VI, sentenza n.1417, 7 ottobre 2010

⁷ Cass. Pen., Sez. VI, sentenza n.4849, 02 febbraio 2015

casi più gravi, finanche la stessa percezione sensoriale; il cui requisito principe è, come sempre la sistematicità degli atti, altamente insidiosi e che si prolungano nel tempo. Quindi anche tale fenomeno è suscettibile di rientrare nella nozione di “atti persecutori” così come definita dall’art. 612 bis del codice penale⁸, anche se sarà necessario valutare caso per caso “*l’attitudine qualitativa e quantitativa dei singoli atti lesivi a integrare il concetto di molestia, nel senso che, ad esempio, in un piano criminale sistematico attuato mediante atti reiterati tesi a minare la salute psicologica della vittima, il semplice gesto di spostare un quadro- che considerato singolarmente potrebbe apparire del tutto inoffensivo- è in grado di diventare, valutato in una visione d’insieme, l’atto finale di una serie di gravi molestie, diventando esso stesso molestia ed ingenerando gravi conseguenze dannose sulla salute psicofisica della vittima*” (Orlando, 2010).

2.2. L’abuso psicologico del gaslighting e il danno esistenziale

Nell’ottica dei danni alla persona l’abuso psicologico del gaslighting rientra nel novero dei danni non patrimoniali (art. 2059 c.c.) ed in particolar modo nell’ottica della tutela risarcitoria fondata sul gravissimo oltraggio alla sfera personale, relazionale ed emotiva. L’art. 2059 del Codice Civile riporta che “*Il danno non patrimoniale deve essere risarcito solo nei casi determinati dalla legge*”⁹.

Ma cosa vuol dire non patrimoniale? E soprattutto quali sono i casi determinati dalla legge?

Secondo la Cassazione Civile n.14402/2011, il danno non patrimoniale si può manifestare come una “*modifica peggiorativa della personalità da cui consegue una sconvolgimento dell’esistenza, e in particolare delle abitudini di vita, con alterazione del modo di rapportarsi con gli altri...*”. Si tratta di uno “*sconvolgimento dell’esistenza che, pur senza degenerare in patologie medicalmente accertabili (danno biologico), si rifletta in un’alterazione della sua personalità tale da comportare o indurlo a scelte di vita diverse...*”¹⁰. Di fatto tale danno valuta la sofferenza, il dolore e le

⁸ **Art. 612 bis Codice Penale – Atti persecutori**

Salvo che il fatto costituisca più grave reato(2), è punito con la reclusione da un anno a sei anni e sei mesi chiunque, con condotte reiterate, minaccia o molesta taluno in modo da cagionare un perdurante e grave stato di ansia o di paura ovvero da ingenerare un fondato timore per l’incolumità propria o di un prossimo congiunto o di persona al medesimo legata da relazione affettiva ovvero da costringere lo stesso ad alterare le proprie abitudini di vita(3)(4).La pena è aumentata se il fatto è commesso dal coniuge, anche separato o divorziato, o da persona che è o è stata legata da relazione affettiva alla persona offesa ovvero se il fatto è commesso attraverso strumenti informatici o telematici(5). La pena è aumentata fino alla metà se il fatto è commesso a danno di un minore, di una donna in stato di gravidanza o di una persona con disabilità di cui all’articolo 3 della legge 5 febbraio 1992, n. 104, ovvero con armi o da persona travisata. Il delitto è punito a querela della persona offesa. Il termine per la proposizione della querela è di sei mesi. La remissione della querela può essere soltanto processuale. La querela è comunque irrevocabile se il fatto è stato commesso mediante minacce reiterate nei modi di cui all’articolo 612, secondo comma. Si procede tuttavia d’ufficio se il fatto è commesso nei confronti di un minore o di una persona con disabilità di cui all’articolo 3 della legge 5 febbraio 1992, n. 104, nonché quando il fatto è connesso con altro delitto per il quale si deve procedere d’ufficio(6).

⁹ Il danno non patrimoniale identifica i pregiudizi che derivano da lesione dei diritti della persona e non hanno rilievo economico.

Giurisprudenza e dottrina hanno compiuto un lungo percorso evolutivo che ha condotto, oggi, ad elaborare le seguenti categorie di danno non patrimoniale: danno morale, quale turbamento transeunte dello stato d’animo; danno biologico, cioè la lesione psico-fisica della persona, suscettibile di accertamento medico-legale, che incide sul suo quotidiano e sulle sue relazioni, ma che prescinde dalla sua capacità reddituale; danno esistenziale, che, ledendo altri diritti costituzionalmente tutelati, compromette la possibilità di svolgere le attività che realizzano la persona umana. La Suprema Corte, inoltre, con le storiche “sentenze di San Martino”, ha stabilito che il danno non patrimoniale costituisce un modello unitario del quale le singole categorie hanno solo valenza descrittiva (Cass., SS.UU., 11 novembre 2008, n. 26972, 26973, 26974, 26975).

¹⁰ Vedi Cass., Sez.Un.,11 novembre 2008, n.26972; Cass., 12/07/2006, n.13546; Cass., Sez.Un.,24/03/2006, n.6572).

conseguenze causate dall'azione lesiva e può essere risarcito solo quando la condotta che lo ha prodotto costituisce un fatto illecito. A sostegno di tale nozione intervengono le Sezioni Unite della Cassazione che con la sentenza dell'11 novembre 2008 n.26972 hanno stabilito come il danno non patrimoniale sia risarcibile in due casi:

- quando il fatto integra gli estremi di un reato;
- quando, pur non essendo prevista espressamente una norma di legge, il fatto illecito ha vulnerato in modo grave un diritto fondamentale della persona tutelato dalla Costituzione e dalla carta dei diritti fondamentali dell'Unione Europea.

Ai fini puramente descrittivi psicologico-giuridici, vengono distinte tre classi di danno non patrimoniale:

- Danno Psicico: interessa l'equilibrio psichico globale della persona lesa e fa riferimento ad un'alterazione psicologica permanente, in quanto vi è la possibilità che possa associarsi a sintomatologie chiaramente riconoscibili, nonché ad un peggioramento e ad una riduzione delle funzioni psichiche del soggetto. Vi è una compromissione durevole ed obiettiva che riguarda la personalità individuale nella sua efficienza, nel suo adattamento, nel suo equilibrio. Tale compromissione riguarda sempre una o più funzioni psichiche e ha sempre, come esito, un turbamento della sfera relazionale.
- Danno Esistenziale: si verifica in seguito ad un evento lesivo comportando una complicazione nelle relazioni interpersonali, e una modificazione del proprio stile di vita che impattano anche sul proprio equilibrio psicologico. Esso può essere definito come l'alternazione delle normali attività dell'individuo – compreso il riposo, le attività ricreative e lavorative – che si concretizza nel turbamento della serenità personale, cui ciascuno ha diritto nei diversi momenti di estrinsecazione della propria personalità. È bene chiarire che il danno esistenziale non coincide con il danno morale poiché non si combina con una “sofferenza dell'anima”, ma si identifica in una rinuncia ad un'attività concreta.
- Danno Morale: è inteso come una sofferenza soggettiva conseguente ad un trauma fisico o psichico che si configura come una conseguenza di un atto illecito. Questo danno incide sulla dignità umana. Il risarcimento è diretto al dolore sperimentato dalla persona lesa.

Come si colloca la lesione di diritti inviolabili dell'uomo nella sfera dell'abuso emozionale perpetrato dal gaslighter? L'attenzione si concentra sulla lesione dei diritti inviolabili della persona secondo una lettura costituzionalmente orientata dell'art. 2059 c.c.. E' proprio nell'ambito di questa concezione che ritrova ampiamente i suoi spazi il pregiudizio esistenziale, che riguarda tutti quei comportamenti che generano sofferenze per il peggioramento della qualità della vita, alterazioni delle abitudini quotidiane e delle attività realizzatrici della persona. È su questi valori che si fonda

la figura del danno esistenziale, inteso come cambiamento in pejus dell'esistenza del danneggiato e come compromissione dell'attuazione e dello sviluppo della propria personalità. Nella valutazione del danno alla persona vittima di crudeltà mentale si considerano quegli eventi che generano traumi di tipo psichico ed esistenziale. Tali traumi comportano disequilibri e chiusura emotiva nonché disturbi della personalità e difficoltà nei rapporti interpersonali.

Nel 2009 il Consiglio dell'Ordine degli psicologi del Lazio riconosceva nelle "Linee guida per l'accertamento del danno psichico e da pregiudizio esistenziale" proprio il "danno da gaslighting" precisando che *"è importante considerare il funzionamento psicologico nell'ambito di un ipotetico continuum che va da un funzionamento psicologico non alterato e funzionale, ad un funzionamento sconvolto e modificato rispetto al periodo precedente all'evento traumatico. Esso interessa le modificazione della personalità e dell'assetto psicologico nel suo adattamento, nei suoi stati emotivi, nella sua efficienza, nella sua autonomia, nella sua autostima e nella percezione della propria immagine psichica e corporea. Si tratta di valutare l'alterazione <<dell'equipaggiamento>> mentale successivamente all'evento traumatico e alla sofferenza psichica"*. La vittima, pertanto, non dovrà dimostrare di aver riportato una sindrome patologica, essendo sufficiente la presenza di un contegno illecito lesivo dei suoi diritti fondamentali ed inviolabili.

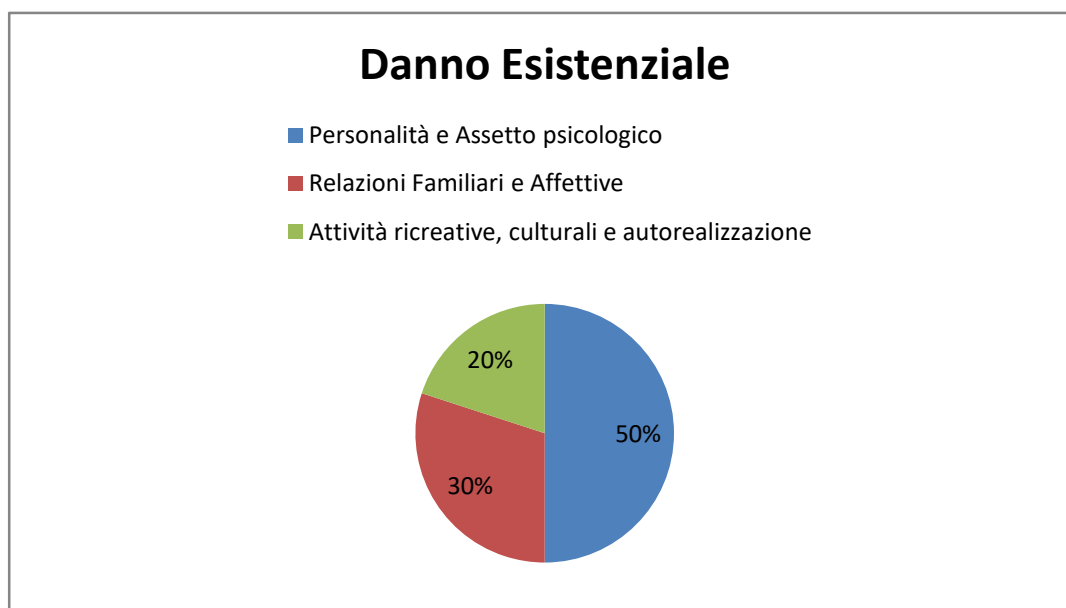
Ai fini della trattazione in essere, appare fondamentale riportare la definizione di danno esistenziale proposta dall'Associazione Italiana di Psicologia Giuridica (A.I.P.G.) al Convegno Nazionale svoltosi alla Camera dei Deputati nel giugno del 2008, dove l'obiettivo è stato quello di evidenziare l'autonomia concettuale e l'indipendenza del danno esistenziale fornendo una definizione del danno esistenziale che integrasse sia gli aspetti giuridici che quelli psicologici e fornendo un metodo di valutazione e quantificazione che tenesse conto di specifiche teorie psicologiche ed elementi statistici di base. La definizione proposta è stata la seguente: *"Il danno esistenziale è un'alterazione (temporanea e/o permanente), in senso peggiorativo, del modo di essere di una persona nei suoi aspetti sia individuali che sociali. Sul Piano Individuale si presenta come una modificazione della personalità e dell'assetto psicologico nel suo adattamento, nei suoi stati emotivi, nella sua efficienza e nella sua autonomia. Sul Piano Sociale si presenta come un'alterazione del manifestarsi del proprio modo di essere nei seguenti ambiti: relazioni familiari e affettive, attività di riposo, interpersonali/relazionali, di svago, sociali/culturali e di autorealizzazione. La definizione proposta richiama fortemente l'art. 2¹¹ della Costituzione e permette di distinguere all'interno del danno esistenziale tre macrocategorie:*

¹¹ Art. 2 Costituzione Italiana.

"La Repubblica riconosce e garantisce i diritti inviolabili dell'uomo, sia come singolo sia nelle formazioni sociali ove si svolge la sua personalità, e richiede l'adempimento dei doveri inderogabili di solidarietà politica, economica e sociale".

1. *Personalità e assetto psicologico*
2. *Relazioni familiari e affettive*
3. *Attività di riposo, interpersonali/relazionali, di svago, sociali/culturali, religiose, di autorealizzazione e autodeterminazione.*

Metaforicamente è possibile paragonare il danno esistenziale ad una torta composta da tre fette, ossia da tre macrocategorie nelle quali è possibile osservare tutti quegli aspetti che vengono danneggiati nella persona sia a livello individuale che sociali.



Ogni macrocategoria ha un peso diverso. In base alla teorie psicologiche, che riconoscono una importanza fondamentale a questo aspetto, e alla pratica clinica è stato deciso di dare maggiore importanza alla macro-categoria della Personalità e dell'Assetto Psicologico (50%), mentre successivamente vi è la macro categoria delle Relazioni Familiari ed Affettive (30%) ed infine la macrocategoria delle Attività Ricreative, Culturali e di Autorealizzazione”.

Grazie al lavoro presentato dai membri dell’A.I.P.G.¹² abbiamo oggi, in qualità di psicologi giuridici, un’agevolazione nell’osservazione e quantificazione del danno esistenziale in quanto sono stati resi misurabili quantitativamente quegli aspetti che prima venivano valutati in modo soggettivo.

Per concludere, possiamo quindi dire che il danno che la vittima da gaslighting subisce corrisponde ai danni esistenziali derivanti dalla violenza psicologica, cioè a quei danni che comportano un’alterazione rilevante del modo di vivere e di essere, di avere stima e fiducia in se stessi, cambiamenti che devono essere una conseguenza diretta, cioè strettamente ricollegabile alla

¹² Nello specifico: la dott.ssa Emanuela Torbidone, la dott.ssa Angela Mazzocco e il dott. Alessandro Ruta.

manipolazione ed alle costrizioni imposte alle vittime. Non dimentichiamoci però che se è pur vero che sono le donne le vittime maggiormente prese di mira dal manipolatore, lo possono essere anche gli uomini, da donne manipolatrici che hanno modalità meno aggressive fisicamente ma più subdole e meschine nella loro modalità di esplicazione. Così, come purtroppo succede, anche i figli possono essere vittime di un genitore manipolatore, che solitamente condiziona anche l'altro genitore tanto da renderlo incapace a qualunque forma oppositiva e quindi difensiva di se stesso e dei figli, oppure da entrambi i genitori quando agiscono in complicità tra loro. Nei casi più gravi in capo alla vittima non esiste solo il cosiddetto danno esistenziale ma anche il danno psichico o biologico quando l'assoggettamento ed il condizionamento è così forte o la persona particolarmente fragile da derivarne delle malattie di carattere psicologico od anche fisico, se non addirittura un pericolo di vita quando nella vittima si insinua il desiderio di non voler più vivere e tenta il suicidio.

CONCLUSIONI

A conclusione di questo lavoro si può affermare che, rispetto al fenomeno del gaslighting, siamo al cospetto di un fenomeno di difficile identificazione in quanto manifesta subdole caratteristiche, capace di insinuarsi in ogni apparentemente ‘normale’ rapporto tra persone che convivono, e che spesso dicono di essersi amate. Tutto ciò si traduce in un’enorme difficoltà, a volte quasi impossibilità ad apprestare le necessarie ed indispensabili tutele legali alle vittime di tale forma di violenza.

Nonostante la letteratura abbia approfondito e descritto in modo fruttuoso il fenomeno del gaslighting, molta strada deve esser fatta dalla Giurisprudenza in quanto sul piano della tutela penale il legislatore, ad oggi non ha inquadrato il fenomeno del gaslighting in un’autonoma e tipica fattispecie di reato. Ciò non toglie che le condotte abusanti descritte all’interno di questo lavoro possano essere ricomprese in figure di reato quali ad esempio “atti persecutori” di cui all’art. 612 bis c.p. o “maltrattamenti in famiglia” di cui all’art. 572 c.p.

Sicuramente i confini sfumati, insidiosi e non sempre facilmente dimostrabili, rendono arduo il compito di tutela legale delle vittime di questa forma di manipolazione psicologica.

Molto in tal senso, può esser fatto attraverso un’opera di prevenzione del fenomeno, in altre parole, conferire alle vittime gli strumenti per recuperare lucidità e obiettività ed essere quindi in grado di smascherare autonomamente il gaslighter. La tutela che gli operatori, sia essi del diritto o sanitari, potranno offrire passa necessariamente attraverso la preventiva opera di riconoscimento e neutralizzazione che la vittima stessa dovrà compiere sul gaslighter.

Resta comunque uno scoglio non indifferente denunciare le condotte abusanti del gaslighting: oltre all’ostacolo che si ha nel denunciare un proprio familiare si aggiunge una difficoltà ancora più subdola dettata dall’incapacità di riconoscere queste condotte manipolatorie che sono abilmente mascherate da atteggiamenti di cura e protezione. Questo porta quindi ad una scarsa presa di coscienza del problema che si manifesta in una sorta di immobilità sia nel denunciare, ma anche nel richiedere un supporto psicologico.

In definitiva occorre che la vittima riesca a vedere il gaslighter per quello che realmente è, cioè un soggetto manipolatore, capace di trarre linfa vitale dalla ‘demolizione’ della dignità della persona e dalla sofferenza che questa distruzione comporta. Tale assunzione/attribuzione di consapevolezza richiederà certamente un notevole impegno, in quanto la vittima dovrà trovare la forza di anteporre al bene ricevuto inizialmente dal suo carnefice, il male da questo prodotto e generato su di sé in quanto vittima. Condizione che potrà cessare solo nel momento in cui essa avrà riacquisito la necessaria lucidità e coscienza, in altre parole quella condizione che le farà comprendere interamente di aver vissuto una relazione completamente distorta, malata, nonché basata su un

sottile quanto perfido inganno. L'effetto finale, potrebbe esser quello di portare la vittima ad uscire in modo autonomo da una sudditanza psicologica, da un rapporto sbilanciato e svilente, portatore solo di sofferenza e distruzione.

Solo così si potrà successivamente ed in modo più obiettivo, adire le vie legali, per denunciare i carnefici, richiedere un risarcimento del danno subito e contribuire a neutralizzare il fenomeno.

BIBLIOGRAFIA

- Abazia L., (2018), *“Il danno psicologico ed esistenziale. Modelli di perizie, diagnosi, valutazione e calcolo”*, Franco Angeli, Milano.
- Di Pirro M., (2020), *“Codice Civile Maxi – Leggi complementari”*, Ed. Simone.
- Di Pirro M., (2020), *“Codice Penale Maxi – Leggi complementari”*, Ed. Simone.
- Florio M. (2012), *“Violenze in famiglia e molestie sul lavoro: aspetti socio-criminologici e giuridici nell’ordinamento italiano e francese”*. Tesi di Dottorato di Ricerca in criminologia, Università di Bologna
- Hirigoyen M. F., (2000), *“Molestie morali. La violenza perversa nella famiglia e nel lavoro”*, Einaudi, Torino.
- Lattanzi M. et al. (2011), *“Rifiuto tossico: Stalker e trattamento: prigionia o terapia?”*. AIPC Editore, Roma.
- Lazzari S., (2013), *“Maltrattamenti in famiglia. Il Gaslighting e la manipolazione emotiva”*, Tesina di Specializzazione A.I.P.G., Roma.
- *Linee guida per l’accertamento e la valutazione psicologico-giuridica del danno alla persona*. Ordine Psicologi Lazio, 2012.
- Mascialini R., (2009), *“Il gaslighter e la sua vittima”*, Tesi di specializzazione A.I.P.C, Roma.
- Milanini B., (2008), *“Un abuso che ruba la mente: Gaslighting”*. In Lattanzi, M. (dir.), *Collana di Scienze Psicologiche e Forensi*. Roma: AIPC Editore: 19-24.
- Rinaldi L.,(2012), *“Quando il delitto non è reato. Il Gaslighting”*, tesina di Specializzazione A.I.P.G., Rom.
- Torbidone E., Mazzocco A., Ruta A., *“Proposta di valutazione metodologica del danno esistenziale e di modello di quesito per i CTU”*, A.I.P.G., Convegno Nazionale Camera dei deputati 17 giugno 2008, Roma.
- Vespe M., (2017). *“La perversione affettiva”*. *Piesse (rivistapiesse.altervista.org)* 3 (1-1).

SITOGRAFIA

- Cagnazzo E., (2013), *“Strategie perverse di relazione: dalla coppia sadomaso alla relazione di stalking”*, articolo consultabile al sito https://www.bios-spa.it/images/rivista/db-04-2013/strategie_perverse_relazione.pdf
- Cremaschini M., (2019), *“Il Gaslighting: i reati a cui appartiene ed il danno risarcibile”*, articolo consultabile al sito <https://www.marilenacremaschini.it/il-gaslighting-i-reati-a-cui-appartiene-ed-il-danno-risarcibile/>

- Giani M., (2016), “*Gaslighting: come difendersi dalla manipolazione mentale*”, articolo consultabile al sito <https://www.davidealgeri.com/gaslighting-come-difendersi-dalla-manipolazione-mentale/>
- “*La Costituzione Italiana*”, consultabile al sito <http://www.senato.it/1024>
- Mendicino R., (2010), “*Gaslighting: i profili giuridici di una forma di abuso psicologico*”, articolo scaricabile al sito <http://eprints.bice.rm.cnr.it/15189/>
- Mulas B., (2012), “*Il Gaslighting o manipolazione mentale*”, articolo consultabile al sito <https://www.psicoterapiapsicologia.it/articoli-psicologia-psicoterapia/il-gaslighting-o-manipolazione-mentale>
- Orlando G., (2010) “*Atti persecutori e rilevanza penale*”, articolo consultabile al sito <https://www.altalex.com/documents/news/2010/07/14/atti-persecutori-e-rilevanza-penale>
- Pagliari B., (2018), “*Risarcimento del danno psicologico*”, articolo consultabile al sito <https://barbarapagliari.com/risarcimento-del-danno-psicologico/>
- Palmigiano M.R., (2019), “*Gaslighting: la manipolazione che cambia la percezione della realtà*”, articolo consultabile al sito <https://dottoressapalmigiano.it/tag/dottoressa-palmigiano/>
- Salvadori G., (2010), “*Il Gaslighting: aspetti legali*”, articolo consultabile al sito https://www.mentesociale.it/criminologia/%20speciale-stalking/605-il-gaslighting-aspetti-legali.html#_ftn4
- Salvadori G., (2016), “*Il Gaslighting: aspetti psicologici*”, articolo consultabile al sito <https://www.mentesociale.it/criminologia/speciale-stalking/48-il-gaslighting-aspetti-psicologici.html>
- Scaglione M., (2018), “*Il danno da Gaslighting*”, articolo consultabile al sito <https://www.studiocataldi.it/articoli/32094-il-danno-da-gaslighting.asp>